



 日本赤十字社 秋田赤十字病院

がん相談支援センター  
〒010-1495 秋田市上北手猿田字苗代沢222-1  
Tel 018-829-5000 (内線2182)



# がん患者コミュニティサロン通信

No.6



## 患者会7月・8月・9月のようす



2009年7月第1回から今年2010年8月まで、がん患者コミュニティサロンに参加してくださった方は、多い月で11人、少ない月で6人、毎月8人前後の方の参加がありました。今年7月は7人、8月は11人、9月は9人でした。

今年になって2回ほどあったことですが、誰かがお話している最中に割り込んではいなかったり、お話している方の病状をしつこくきいたりということがありました。誰かが話しているときは静かにきく、自分の意見を押し付けない、個人の病状に対してしつこく質問しないなどのルールが必要かもしれません。

患者さん同士の衝突や意見の違いなどは、今後もあることかと思いますが、それもあってのがん患者コミュニティサロンかと考えています。

「みんなで支え合おう!」「とにかく何でも話してみよう!聞いてみよう!」がこの会の出発点です。毎回繰り返しお話していることは、**自分ががんになって覚悟ができた、今までの自分の人生を考えたり整理ができるようになった**ということです。



## 医者の一と言が世界をかえる?

以前この会に参加されたことがある方が再発で入院しました。その時に、また入院して抗がん剤治療をするという説明に対してパニックになってしまいました。「治療はもういい、嫌だ」と言っていた時に、主治医から「いっしょにがんばろう。俺もがんばるから」といわれて、安心したということでした。患者さんにとって主治医の一言は大きいと思いました。

## 頼もしい先輩の一と言

今回初めて参加された方が2名でした。お二人とも血液疾患で抗がん剤治療中の方々です。同じ病気の先輩の経験したことや治療に対する気持ちの持ち方・変化のお話を聞き、自分もあとこれぐらいという見通しが持てたようでした。「まさか自分が・・・」という思いはあるが、よい経験をさせてもらったと思っている。この会に参加したことで、長い入院期間で経験したことや工夫したことなどのお話が聞けてよかったとの感想でした。

また、「〇〇さんはどう思いますか。よかったら自己紹介をお願いします」と持ちかけられて「話しやすかった」と言ってくださいました。前回の会に出ようと思って、会場の近くまで来たが、中へ入る勇気がなかったそうです。今回参加していただいてよかったです。

2010-11-4





## よくわからない、どうなってるの？と今後の希望など

①入院費他医療費、受けることができる補助・保険のしくみ、自分は何が利用できるのか？という質問に対して米谷ソーシャルワーカーから説明がありました。入院と外来での違いや保険の種類、年齢など条件により異なるので、いつでも相談してください。他にも、以下のような質問やリクエストがありました。

② 脾臓や肝臓にできる「のう胞」ってなに？ ③ 抗がん剤で太る？それとも単なる食べ過ぎ？

④ **腫瘍マーカーを含めて医師から話しをききたい**。⑤音楽があればいい。・・・8月の会で沖縄のCDをながしてみました。これは今後もつづけたらいいかと思えます。①に関しては、いつでも何回でもソーシャルワーカーに相談してください。④に関しては、お願いはしていますがなかなか実現しません。毎回お話していますが、自分の病状や治療に関することは主治医からお話をきくことが大事です。

## 話題になったこと



**8月** 白血球減少についての質問があり、化学療法室の平井看護師が答えてくれました。白血球の減少には個人差がある。抗がん剤は分裂の活発な細胞も攻撃するため、骨髄への影響がある。安全な状態で治療するために、白血球が減少しているときは抗がん剤治療は行わない。治療に関しては、医師との信頼関係も大事であるということでした。

### 9月

- ・アルコールは飲んでもいいのか？・・・元気になると飲みたくなる。飲んでもいいかどうかは、主治医に聞くのが一番かと思えますが、ストレス発散にノンアルコールのビールを飲んでいるという方がいました。
- ・自分の親の介護について・・・これはがん患者でなくても、両親が年老いてくることで、みんな経験することですよね。共通の課題です。
- ・治療や体調で気持ちのアップダウンはある。
- ・自分の状態に変化がなくても、みなさんに会えるのがうれしい。

## 参加者の声



私たちの日赤がんサロン(私の勝手なネーミングです)が15回目になりました。今は常連さんも10人近くになり、毎月第2火曜日の例会もかなり賑わしい集まりに成長してきました。参加者も例会日が待ち遠しいと言っておりますが、嬉しい言葉です。発足にあたって、秋田赤十字病院に入院・外来通院しているがん患者さんとその家族を対象に考えてみたのですが、自分や家族のがん経験を、がんの先輩の声を、先生(医師)や看護師さんに聞きたいことなどを、とにかく気楽に何でも話し合い自由な雰囲気、そう、仲間と居る場所・・・サロンみたいな場にしましょうということから始まったことでした。

このサロンの立ち上げは、病院の相談支援センターの米谷さんと登利谷さんが中心になってくれて、サロンの場所の心配や参加者を募るためのリーフレットづくりから、会場の設営まで全般にわたって準備してくださいました。(現在もますますお世話になっております)

平成21年7月7日“みんなで支え合おう”がん患者コミュニティサロンのきれいに印刷されたリーフレットが病院西口玄関から入った2階への登段口にはってあって、なにかおもしろい気持ちで会場に入った記憶があります。月日の経過は早いものですね、もう15回かという感じですが、私のメモ帳には初回の参加者が今も続いている数人の嬉しいお名前があります。一方では、サロン立ち上げの折に相談し合ったメンバーの何人かがいまは言葉も届かないかなたに去られたのには哀惜の念にたえない思いです。

がんに苦しみ、悩みながらたたかっている患者さんや、その家族を少しでも勇気づけたいから、このサロンを続けていきたい。続けたいから仲間の皆さんの支え合いが欲しい。支え合いの手は多いほど強い力になると信じております。

### 情報コーナーの本の紹介

「**がんと一緒に働こう！ CRSプロジェクト編**」(がん経験者の就労問題を考えるプロジェクト) 合同出版

がんと診断されたあとの仕事継続への不安、収入の変化。「1人でがんばりすぎないこと」「体をいたわりながら働こう」「保険や社会保障制度の使い方」「仕事や日常生活で工夫していること」などがQ&A形式で説明されていました。

